



Утверждаю:

" 3 " марта 2023г.

3 МАРТА						
ЗАВТРАК	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Яйцо вареное	40	10,14	63	5,1	4,6	0,3
Котлета "Школьная"	120	54,69	210	14,1	10,3	15,2
Каша гречневая вязкая отварная	180	12,6	173,4	2	5,4	29,2
Чай с сахаром	200	4	60,8	0,2	0	15
Ряженка	100	22,27	39	2	2	5
хлеб витаминизированный	40	4,00	78	2	1	16
Обед						
Нарезка из огурцов	100	21,5	47,1	0,6	4,1	2
Суп с макаронными изделиями с курицей	250/,10	19,22	158,1	7,3	6,1	18,5
Печень тушеная с овощами	120	58,43	195,4	14	12,9	5,9
Картофель толченый по-деревески	180	21,82	221	4,9	7,7	33
Компот из изюма	200	11,43	128,8	0,9	0	31,3
хлеб	60	6,00	62	1	0	14

итого 246,10

Повар

Бемшечкина